



太田 亮 | おおたりょう

1975年生まれ。
2000年旭川医科大学卒業。
旭川医大病院等勤務を経て、現在JCHO北海道病院耳鼻咽喉科医長。日本耳鼻咽喉科学会専門医・指導医・補聴器相談医。趣味はマラソン、フルマラソンの自己ベストは3時間19分。

耳にいい話 vol.2

補聴器を用いた脳のトレーニング

今回は難聴と認知症の関係、補聴器を用いることで認知症の予防に有効な可能性があるとお話させて頂きました。難聴の改善のために補聴器が極めて有効です。

ところで皆さんは、難聴の方が新しく補聴器をつけると、すぐにきちんと聞こえ、補聴器に満足できるようなるとお考えでしょうか？ そうだといいいのですが、残念なことに答えは「いいえ」です。これからその理由をご説明致します。

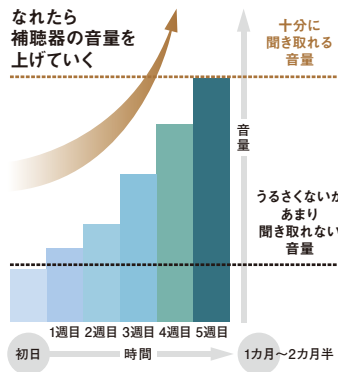
「固い脳から柔らかい脳へ」

難聴の方の脳は、耳から伝わる音の情報が少ないため、音のない静かな状況に慣れていきます。この「固くなった難聴の脳」にいきなり補聴器で音を入れると、今までの静かな環境から急に音の多い環境に曝されるため、うるさく感じてしまいます。そのためいきなり補聴器を渡されても「補聴器なんてうるさいだけで使えない」となってしまう。

補聴器を有効に使うためには「固くなった難聴の脳」に少しずつ音を入れていき、音の多い環境にも適応できる「柔らかい健康な脳」へと、まずは脳を鍛える必要があります。これを、補聴器を用いた脳のトレーニングといえます。

「脳のトレーニングの実際」

外来では補聴器を使った方が良いと考えられる患者さんには、実際に補聴器を貸し出しするのですが、その期間が短期間の場合、脳が「固い」まま、つまり補聴器を「うるさいもの」と感じたまま貸し出し期間が終了、結果として自分には合わないと思われ、結果として自分には合くなりません。そうならないよう、私たちは左の図のようにトレーニング期間を長めに、かつ間隔をこまめに設定することで、少しずつ脳を柔らかくしつつ、補聴器の出力を無理なく上げていき、途中で脱落する方が少なくなるよう努めています。



趣味の話になりますが、私は6年前、「半年の練習でハーフマラソン完走！」を目標に立て、ランを始めました。最初の頃は目標達成のためと思いきり無理して能力以上に走りましたが、1キロくらいで吐く息が血生臭くなり、非常に辛く感じま



筆者 / 札幌フルマラソン

した。こんな辛いことは長く続けないと思いきり、とにかく辛くないよう、楽しく感じる程度にゆっくり、しかし少しずつ速く、距離が長くなるようにトレーニングしてきました。その結果、今は初めと比べだいぶ速く、長く、かつ楽しく走れるようになりました。補聴器を用いた脳トレもマラソンと同じで、目標を立てた後は焦らず時間をかけて行うのが重要と考えます。脳トレの最終目標は「なくてはならない補聴器を手に入れること」です。十分に時間をかけない安易なトレーニングの結果、うるさくて使えない、またはうるさくはないが、出力も上げられず大した役に立たない補聴器に仕上がってしまうことが多いのです。時間をかけた適切なトレーニングを行えば、十分な出力でしっかりと聞き取れる「なくてはならない補聴器」が仕上がります。そのためには多少の努力が必要です。私たち耳鼻咽喉科医は、そのお手伝いをしています。ともに頑張る音の豊かな世界を取り戻しましょう！

次回は、補聴器が意外にも耳鳴りに有効なことについてお話しします。

失敗しない補聴器選び

補聴器をご購入前に専用トレーニング補聴器を無料でお貸しします

ご購入前に脳のトレーニング2か月間無料

聞こえが悪くなった状態で休んでしまった脳の聴覚部分のトレーニングが必要です。約2か月間の集中したステップアップトレーニングで多くの方が効果を実感出来ています。ご購入の判断は2か月後のトレーニング終了時でOK

* 1週間ごとに来店いただきステップアップ調整を受けられる方が対象です
* ご自宅でのご相談も承ります(無料)



人は脳で聞いています
BrainHearing™
ブレインヒアリング

■事前に耳鼻咽喉科補聴器相談医にご相談いただく事が大事です

ヨーロピアンコンセプトの補聴器専門店

時計台補聴器センター

【札幌・岩見沢・滝川・旭川駅前・旭川永山・士別・名寄・北見・網走・帯広駅前・帯広道東・釧路】
札幌市中央区南2条西2丁目11-1 TEL.011-223-8133 ■定休日/日曜・祝日

公式ホームページはこちらから▶